

اَلَا بِحَسْبِ الْكَافِرِ لَلْظُلْمِ الْبُغْيُ

# لائحہ عمل

جائے مسکین سرائے نقشبندیہ اویسیہ

ادارہ نقشبندیہ اویسیہ

دارالعرفان، منارہ، نئی دہلی

# تصوف کیا ہے ؟

نُفُت کے اعتبار سے تصوف کی اہل خواہ صرف ہر اور  
حقیقت کے اعتبار سے اس کا رشتہ چاہے صفا سے جا لیے ، اس میں  
شک نہیں کہ یہ دین کا ایک اہم شعبہ ہے جس کی اساس خلوص  
فی العمل اور خلوص فی النیت پر ہے اور جس کی غایت تعلق مع اللہ اور  
حصولِ رضائے الہی ہے ۔ قرآن و حدیث کے مطالعے ، نبی کریم  
صلی اللہ علیہ وسلم کے اُسوۂ حسنہ اور آثارِ صحابہؓ سے اس حقیقت کا  
ثبوت ملتا ہے ۔

( دلائل الشک )

ارشادِ باری تعالیٰ ہے کہ فلاح کا دار و مدار تزکیہ پر ہے۔ قَدْ أَفْلَحَ مَنْ تَزَكَّى ط (وہ فلاح پا گیا جس نے اپنا تزکیہ کیا)۔ تَصَوُّف و سلوک کے چاروں مشہور اور مروج سلسلے دراصل تربیت کا ہیں ہیں جہاں تزکیہ باطن کے اُصول بتائے جاتے ہیں اور عملی طور پر اس کا سلیقہ سکھایا جاتا ہے۔ تَصَوُّف کچھ تین سلسلوں میں اس کی ترتیب یہ کہ ہر نئے سالک کچھ پہلے ذکرِ لسانی کرنے کی ہدایت کی جاتی ہے آخر میں ذکرِ خفی قلبی کرایا جاتا ہے۔ سلسلہ نقشبندیہ میں اول و آخر ذکرِ قلبی ہی کرایا جاتا ہے۔ اسی وجہ سے حضرت مجدد الف ثانی رحمہ اللہ علیہ نے فرمایا ہے :

### ع اول ما آخر ہر منستی

یعنی ہماری ابتدا وہ ہے جو دوسروں کی انتہا ہوتی ہے اس سلسلہ میں اتباعِ سنت کا اہتمام سختی سے کیا جاتا ہے جس کی برکت سے سالک کو جلدی اور زیادہ ترقی ہوتی ہے پھر نقشبندیہ کے دو طریقے ہیں۔ نقشبندیہ مجددیہ اور نقشبندیہ اویسیہ۔ ہمارا طریقہ نقشبندیہ اویسیہ ہے جس میں اللہ کریم مہربانی فرمادے تو حضور اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کے دستِ اقدس پر رُوحانی بیعت کی سعادت حاصل ہوتی ہے۔

# شجرہ سلسلہ نقشبندیہ اویسیہ

- ۱۔ الہی بجرمت حضرت محمد رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم
  - ۲۔ الہی بجرمت حضرت ابو بکر صدیق رضی اللہ تعالیٰ عنہ
  - ۳۔ الہی بجرمت حضرت حسن نصرتی رحمۃ اللہ علیہ
  - ۴۔ الہی بجرمت حضرت داؤد طائی رحمۃ اللہ علیہ
  - ۵۔ الہی بجرمت حضرت جنید بغدادی رحمۃ اللہ علیہ
  - ۶۔ الہی بجرمت حضرت خواجہ عنبیث اللہ احرار رحمۃ اللہ علیہ
  - ۷۔ الہی بجرمت حضرت مولانا عبدالرحمن حبشی رحمۃ اللہ علیہ
  - ۸۔ الہی بجرمت حضرت ابوالیوب محمد صالح رحمۃ اللہ علیہ
  - ۹۔ الہی بجرمت حضرت سلطان العارفین خواجہ اللہ دین مدنی رحمۃ اللہ علیہ
  - ۱۰۔ الہی بجرمت حضرت مولانا عبید الرحیم رحمۃ اللہ علیہ
  - ۱۱۔ الہی بجرمت قلزم فیوضات حضرت مولانا اللہ یار خان رحمۃ اللہ علیہ
  - ۱۲۔ الہی بجرمت ختم خواجگان غامۃ من و خاتمہ حضرت مولانا محمد اکرم بخیر گردان۔
- (اس شجرہ کو زبانی یاد کر لیں اور روزانہ مجلس ذکر کے بعد دعائیں اسے شامل کر لیا کریں۔)

آپ کو اس سلسلہ عالیہ  
میں داخل ہونا مبارک ہو۔  
اس بات کو نہ بھولیے کہ  
آپ کا مقصد صرف تزکیہ باطن ہے۔  
جس کا  
واحد ذکرِ الہی کی مدد سے۔

# ذکرِ الہی کی ضرورت و اہمیت

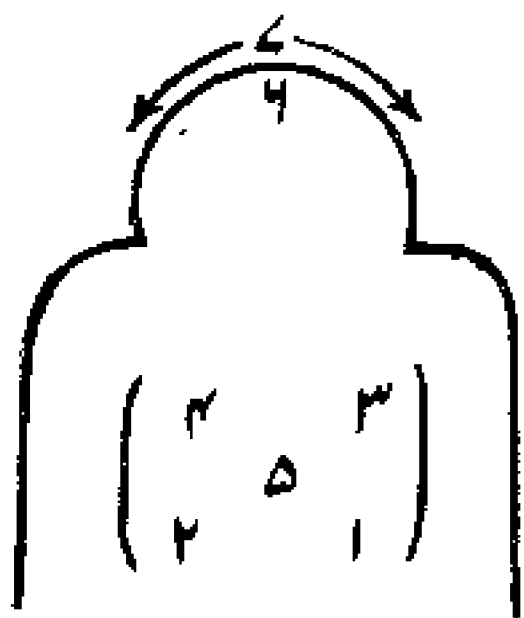
انسان صرف جسم کا نام نہیں بلکہ رُوح اور جسم مل کر انسان کہلاتا ہے۔  
دونوں کی تخلیق جداگانہ ہے۔ جسم مادی ہے، اس کی اصل مٹی ہے۔ رُوح عالمِ ہر  
سے ہے اور پر تو صفاتِ باری ہے۔ اب حیاتِ انسانی کا نظام ایسا ہے کہ اسے مسلسل  
غذا یا انرجی کی ضرورت درپیش ہے، اس میں اگر بگاڑ آجائے تو یہ بیمار پڑ جاتا  
ہے، اگر غذا مکمل روک دی جائے تو اس کی موت واقع ہو جاتی ہے۔ جس طرح غذا  
جسم کی ایک اہم ضرورت ہے اسی طرح یہ رُوح کی ضرورت بھی ہے مگر دونوں کی غذا  
جداگانہ ہے۔ دونوں کی دوا بھی جداگانہ ہے۔ جسم کی غذا بھی مادی ہے جس کا  
جزوِ اعظم مٹی ہے اور رُوح کی غذا تجلیاتِ باری ہیں جو اسے عالمِ امر اور بالا عالمِ ہر  
سے نصیب ہوتی ہیں۔ غذائے مادی کی تعمیر میں جو مقام سُوچ کو حاصل ہے کہ بقا عالم  
کا سبب ہے۔ تمام عناصر کو اس کی گرمی اور روشنی کی ضرورت ہے، یہی مصمت  
رُوحانی طور پر آفاتے نامدار حضرت محمد رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کی ذاتِ گرامی  
کا ہے جس کی طرف قرآن حکیم سِرَاجاً مُنِیراً فرما کر نشانہ دہی کرتا ہے۔ مادی غذا  
کا جزوِ اعظم تو مٹی ہے مگر پانی، ہوا، گرمی، سردی وغیرہ مل کر مٹی سے مختلف چیزیں

صورت پذیر ہوتی ہیں جو بدن کی غذا کا بھی اور دوا کا بھی کام کرتی ہیں۔ ایسا ہی نظام روحانی بھی ہے۔ اہل برکات حضور اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کی ہیں مگر اولوالعزم رسولؐ ان انوارات کو روح تک پہنچانے کا سبب بنتے ہیں جو خود رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم سے حاصل کرتے ہیں۔ ان انوارات کے بغیر مثبت تبدیلی ہونا محال ہے ورنہ زبانی بھی اور تحریری بھی تبلیغ میں تو کوئی کسر باقی نہیں مگر یاد رہے کہ ان انوارات و کیفیات، جنہیں برکاتِ نبوت کہہ لیجئے، ان سے دل بدل جاتا ہے اور عملی زندگی میں انسان گناہ سے نیکی کی طرف سفر شروع کر دیتا ہے جو اس کو مکمل نیکی تک پہنچانے کا سبب بنتا ہے۔ یہی اس کی پہچان بھی ہے کہ اگر اہل کیفیات نہ ہوں گی محض دعویٰ ہوگا تو وہ عملی زندگی کو مثبت کی بجائے مزید منفی اور ناروا رو تہ دے گا۔

## لطائف کیا ہیں؟

جس طرح جسم میں معدہ، جگر، دل و دماغ یعنی اعضاءِ قسیہ ہیں جو غذا کو تحلیل کر کے جزو بدن بناتے ہیں اسی طرح انسانی روح میں جو اعضاءِ قسیہ ہیں انہیں اصطلاحاً لطائف کہا جاتا ہے جو لطیفہ کی جمع ہے اور اپنی اس لطافت کی وجہ سے جو اسے حاصل ہے، لطیفہ کہلاتا ہے محققین صوفیاء نے جسم انسانی میں اسکی

نشاندہی کی ہے جس میں مختلف سلاسل تصوف میں اختلاف بھی ہے مگر سلسلہ عالیہ نقشبندیہ  
ایسیہ میں ان کی تعیین مندرجہ ذیل ہے :



اول قلب : یہ دل کا مقام

ہے جس کی دھڑکن سے ہم سب واقف ہیں

دوم رُوح : اس کے مقابل دائیں طرف

سوم ستری : یہ قلب کے اوپر ہے ،

چہارم خفی : دوم کے اوپر اس کے مقابلے میں ، پنجم اخفا ان کے درمیان ہے ،

ششم نفس : پیشانی جو سجدہ کے وقت زمین پر لگتی ہے اور ہفتم سلطان الاذکار

جو سارے بدن کو شامل ہے کہ ہر جن مومن اللہ اللہ کا ذکر جاری ہو جائے ۔

اولوا العزم رسول پانچ ہیں : حضرت آدم ، حضرت نوح ، حضرت ابراہیم

حضرت موسیٰ اور حضرت عیسیٰ علیہم السلام ۔ ان کی ذوات عالیہ کا تعلق لطائف سے

اس طرح ہے کہ لطیفہ اول پر برکات و انوارات حضرت آدم علیہ السلام سے آتے ہیں

یہ پہلے آسمان سے آتے ہیں اور اگر مشاہدہ نصیب ہو تو ان کا رنگ زرد نظر آتا ہے

آسمان اول بھی نظر آسکتا ہے اور آدم علیہ السلام کی زیارت ہونا بھی محال نہیں ۔

دوسرے لطیفے کا تعلق حضرت نوح اور حضرت ابراہیم علیہما السلام سے ہے ، اس کے

انوارات دوسرے آسمان سے آتے ہیں اور ان کی رنگت سنہری مائل سرخ ہوتی ہے  
 تیسرے لطیفے پر جو انوارات آتے ہیں ان کا تعلق حضرت موسیٰ علیہ السلام سے ہے اور  
 ان کا رنگ صاف شفاف سفید ہوتا ہے، یہ تیسرے آسمان سے آتے ہیں۔ چوتھے  
 لطیفے پر حضرت عیسیٰ علیہ السلام کے انوارات چوتھے آسمان سے آتے ہیں۔ رنگ گہرا  
 نیلا ہوتا ہے۔ پانچویں لطیفے کا تعلق آفاتے نامدار حضرت محمد رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم  
 سے ہے۔ اس کے انوارات کا رنگ سبز ہوتا ہے، پانچویں آسمان سے آتے ہیں اور  
 پانچویں لطائف پر چھا جاتے ہیں۔ چھٹے اور ساتویں لطیفے پر تجلیات باری ہوتی ہیں  
 جن کی رنگت یا کیفیت و کمیت کچھ بھی متعین نہیں کی جاسکتی، بس جیسے بجلی چمک  
 جاتی ہے اور کچھ سمجھ نہیں آتا سوائے اس کے کہ آنکھیں چنڈھیا جاتی ہیں، کچھ اسی طرح  
 کا حال ہے۔ اللہ کریم اگر چشم بصیرت عطا کر دیں تو یہ سب کچھ نظر آنے لگتا ہے عموماً  
 شروع شروع میں تعین ذرا مشکل ہوتی ہے، رنگ گڈ گڈ نظر آتے ہیں مگر رفتہ رفتہ  
 وقت مشاہدہ میں ٹخنگی آتی جلتے تو ہر چیز صاف ہوتی جاتی ہے۔

## ذکر قلبی کا طریقہ

اس طریقے کا اصطلاحی نام پاسِ انفاس ہے یعنی اپنے سانسوں کی

نگرانی کرنا۔ بعض نادانوں کو یہ دھوکا ہوتا ہے کہ سانس سے ذکر کیسا، لیکن وہ یہ نہیں جانتے کہ ذکر دل سے کیا جاتا ہے، سانس صرف ایک خاص ترکیب سے لی جاتی ہے اور بس۔ اگر اس طرح اور ارادی طور پر قوت سے سانس نہ لی جائے تو جو کام ایک دن کا ہے اس پر دو سال بھی لگ سکتے ہیں۔ سو قبلہ رو بھیڑ کر اور متوجہ الی اللہ ہو کر آنکھیں بند کر لیں۔ مٹہ بند ہو، تعوذ و تسمیہ کے بعد سانس لینا شروع کریں اور خیال کریں کہ جب سانس اندر کھینچی جاتی ہے تو لفظ اللہ دل کی گہرائی تک اتر جاتا ہے۔ جب سانس چھوڑتے ہیں تو لفظ کا خارج ہوتا ہے اور کا کی پٹا دل پر یا اس لطیفہ پر لگے جس پر آپ ذکر کر رہے ہیں۔ سو اس طرح اپنا وقت دیکھ کر ہر لطیفہ پر مناسب دیر تک ذکر کیا جائے اور کوشش یہ ہونی چاہیے کہ سانس نہ ٹوٹے۔ اس سے فائدہ زیادہ ہوتا ہے۔ چنانچہ ساتوں لطائف پر ذکر کرنے کے بعد پھر ساری توجہ پہلے لطیفے پر آتے ہیں جو قلب سے اور تھوڑی دیر ذکر کر کے عمداً سانس لینا بند کر دے، بدن کا خیال کیسے چھوڑ دے اور سانس کو طبعی طور پر چلنے دے، ساتھ دلچ نگرانی کرے، یہ کہ اللہ کا لفظ دل سے نکلے اور کا کی ٹکر عرشِ عظیم سے جا کر لگے۔ یہ پہلا سبق ہے اسے رابطہ کہتے ہیں۔ جب یہ مضبوط ہو جائے تو اگلے مراقبات یا مقامات کو آئے جاسکتے ہیں۔

# ضرورتِ شیخ

یاد رہے کہ یہ معاملہ از خود نہیں ہو پاتا ، اس کے لیے شیخ کی توجہ کی ضرورت ہے کیونکہ یہ جملہ کیفیات انعکاسی طور پر اس کے تقسیم ہوتی ہیں۔ جس طرح آپ صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمتِ عالیہ میں حاضر ہونے والا مومن ہی شرفِ صحابیت سے سرفراز ہوا صحابہ کی صحبت میں حاضری دینے والا تابعی بنا اور ان کی خدمت میں تبع تابعین بنے ان سے مشائخ عظام نے یہ دولت حاصل کی اور نسلاً بعد نسل سینہ بسینہ منتقل ہوتی رہی اور انشاء اللہ ہوتی رہے گی۔ یاد رہے کہ ہر مومن اسے حاصل کر سکتا ہے۔ مرد ہو یا عورت عالم ہو یا ان پڑھ ، امیر ہو یا غریب۔ بس اس کے لیے صرف ایمان شرط ہے اور صحبتِ شیخ خلوص کے ساتھ۔ کبھی شیخ کے ساتھ خلوص قلبی میں فرق آجائے تو یہ دولت بیک آن چھن جاتی ہے۔

## فوری طور پر شروع کرنے کے کام :

- ۱ اپنے سابقہ گناہوں سے سچے دل سے توبہ کیجئے اور آئندہ گناہ سے بچنے کا پکا ارادہ کیجئے۔
- ۲ اللہ تعالیٰ کا شکر ادا کیجئے کہ اُس نے آپ کو اپنا پیارا نام لینے کی توفیق عطا فرمائی ہے، اس پر مجھے رہنے کا مصمم ارادہ کیجئے۔

۳۔ قرآن کی پابندی کیجئے بالخصوص نماز باجماعت کا اہتمام کیجئے اور تلاوت قرآن کریم کو روزانہ کا معمول بنائیے۔

۴۔ اتباع سنت کا جذبہ اپنے دل میں پالئیے۔

۵۔ ذکر قلبی خفی صبح و شام پابندی سے کیجئے۔

۶۔ پیٹ کو لقمہ حرام سے اور زبان کو جھوٹ سے بچائیے۔

۷۔ چلتے پھرتے ہر وقت کلمہ طیبہ پڑھنے کو معمول بنائیے۔ کلمہ طیبہ کا اثر یہ ہے کہ اس نیکی کی رغبت اور بُرائی سے نفرت ہو جاتی ہے۔

۸۔ اپنے مشاغل کے پیش نظر روزانہ دُرود شریف کی ایک اور مقرر کر لیجئے اور پابندی سے پڑھیے۔ اس کا اثر یہ ہے کہ حضور اکرم ﷺ سے محبت پیدا ہوتی ہے اور اتباع سنت کا جذبہ ابھرتا ہے۔

۹۔ روزانہ کم از کم ۱۰۰ مرتبہ استغفار پڑھائیجئے۔ ہر نماز کے بعد ۲۰ مرتبہ پڑھنا معمول بنائیے۔

۱۰۔ اپنے معاملات پر کڑی نگاہ رکھیے، حقوق العباد کا معاملہ بڑا نازک ہے۔

## انصر وی ذمہ داریاں :

۱۔ مندرجہ بالا ہدایات کی پابندی کرنا ۲۔ ہفت روزہ تربیتی کورس

دارالعرفان میں اپنی پہلی فرصت میں شامل ہونا۔ ۳۔ مرکزی ہدایت جو امیرِ ضلع کے ذریعے پہنچیں ان پر غلو صِ دل سے عمل کرنا۔ ۴۔ تمام کتبِ سلسلہ کا حتی الامکان مطالعہ کرنا۔ ۵۔ شیخِ سلسلہ کو اپنے احوال سے مطلع رکھنا۔ ۶۔ سلسلہ کے تعمیری کاموں میں حسبِ توفیق حصہ لینا۔ ۷۔ المرشد کا نمبر بننا اور باقاعدہ ہر سال مطالعہ کرنا۔

## اجتماعی ذمہ داریاں :

۱۔ اپنے حلقہ ذکر میں ہفتے میں کم از کم ایک بار حاضری دینا۔ ۲۔ شیخِ ضلع کے ماہانہ ضلعی اجتماع میں لازمی حاضری دینا۔ ۳۔ دارالعرفان متار کے سالانہ اجتماع میں زیادہ سے زیادہ وقت لے کر حاضری دینا۔ ۴۔ اپنے گھروالوں اور اپنے حلقہ اثر میں دعوت الی اللہ دینا اور راغبین کو ذکر کرانا۔ ۵۔ ہر ماہ یا کم از کم ہر سہ ماہی میں ایک مرتبہ شیخِ سلسلہ کی خدمت میں حاضری دینا۔ ۶۔ احبابِ حلقہ سے مثالی محبت، ایثار اور فراخ دلی سے پیش آنا۔ ۷۔ کسی کو حقیر نہ سمجھنا۔

زاہد نگاہِ کم سے کسی رند کو نہ دیکھ  
کیا جانے اُس کریم کو تو ہے کہ وہ پسند